

Corso per tecnici omologatori di percorsi di corsa in montagna

Schio 25/26 maggio 2013

Misurazione del percorso e documentazione

Compiti dell'omologatore nel corso del sopralluogo

Misurazioni.

Verifica caratteristiche tecniche del percorso.

Fornire indicazioni su preparazione e messa in sicurezza del percorso.

Dislocazione dei servizi nei punti idonei.

Verifica strutture e logistica in zona partenza e arrivo.

Tipologie di percorsi

Misto (salita + discesa).

Circuito misto da ripetere più volte.

Prevalentemente in salita.

KM Verticale.

Lunghe distanze.

Le distanze

GARE INDIVIDUALI MASCHILI

Promesse/Seniores: fino ad un massimo di km. 15

Juniore: fino ad un massimo di km. 10

Allievi: fino ad un massimo di km. 5

Cadetti: fino ad un massimo di km. 3,5

Ragazzi: fino ad un massimo di km. 1,5

Esordienti: fino ad un massimo di km. 1

Master M35/M50: fino ad un massimo di km. 15

Master M55/M65: fino ad un massimo di km. 10

Le distanze

GARE INDIVIDUALI FEMMINILI

Promesse/Seniores: fino ad un massimo di km. 12

Juniore: fino ad un massimo di km. 6

Allieve: fino ad un massimo di km. 5

Cadette: fino ad un massimo di km. 3

Ragazze: fino ad un massimo di km. 1,5

Esordienti: fino ad un massimo di km. 1

Master M35/M50: fino ad un massimo di km. 12

Master M55/M65: fino ad un massimo di km. 8

Le distanze

MARATONINA di montagna: da km.16 a km.24

MARATONA di montagna: da km.25 a km.42

riservate a: Pro/Sen/Mast. (sino M60) masch.e femm.

KM VERTICALE: da 3 a 4 km. (disliv. mt. 1000 certificato)

riservate a: Pro/Sen/Mast. (sino M60) masch.e femm.

Le distanze

GARE A STAFFETTA

J/P/S/M maschili: distanza massima di frazione km.10

J/P/S/M femminili: distanza massima di frazione km.7

Nelle categorie giovanili la distanza massima di frazione è la stessa prevista per le prove a carattere individuale.

Il dislivello

CATEGORIE ASSOLUTE J/P/S/M maschili e femminili

In salita : media compresa fra un massimo di mt.200
per km. ed un minimo di mt. 100 per km.

In discesa : media compresa fra un massimo di mt.150
per km. ed un minimo di mt. 100 per km.

CATEGORIE GIOVANILI maschili e femminili.

Medie comprese, sia in salita che in discesa, tra un
massimo di mt. 100 e un minimo di mt. 75 per km.

Il dislivello e la quota

Maratonina di montagna:

Dislivello complessivo massimo in salita 2500 mt.

Maratona di montagna:

Dislivello complessivo massimo in salita 4000 mt.

Le gare di corsa in montagna devono svolgersi ad una quota altimetrica inferiore ai 3000 mt.

La pendenza media

Il valore percentuale della pendenza media di un tratto di percorso si ottiene facendo il rapporto tra il dislivello e la distanza, moltiplicati per 100.

Es. pendenza percorso maschile di Dolcedo: 11,12%
Dislivello (1070 mt.) : Distanza (9622 mt.) x 100

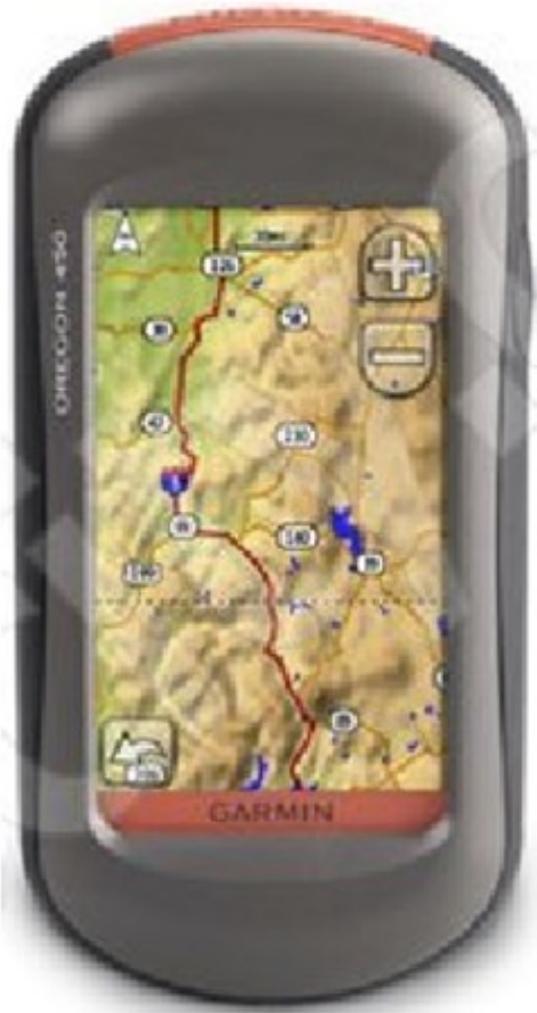
Misurazione del percorso

Cartografia di supporto: copia della planimetria col tracciato proposto in scala 1:25.000 ed eventuale profilo altimetrico.

Strumenti per la misurazione: GPS, ruota metrica e altimetro.

Ad ogni rilievo dei dati longitudinali deve corrispondere quello altimetrico e quando possibile il nome della località ove avviene la misurazione.





Le curve di livello

La curva di livello rappresenta la quota del punto considerato e nel suo evolversi tocca tutti i punti aventi la quota stessa.

Sulla carta 1:25.000 (quella che dovremmo usare in sede di sopralluogo) le curve di livello hanno un'equidistanza di 25 mt. (carta IGM). Un centimetro sulla carta equivale a 250 mt. sul terreno.

Misura delle distanze sulla carta

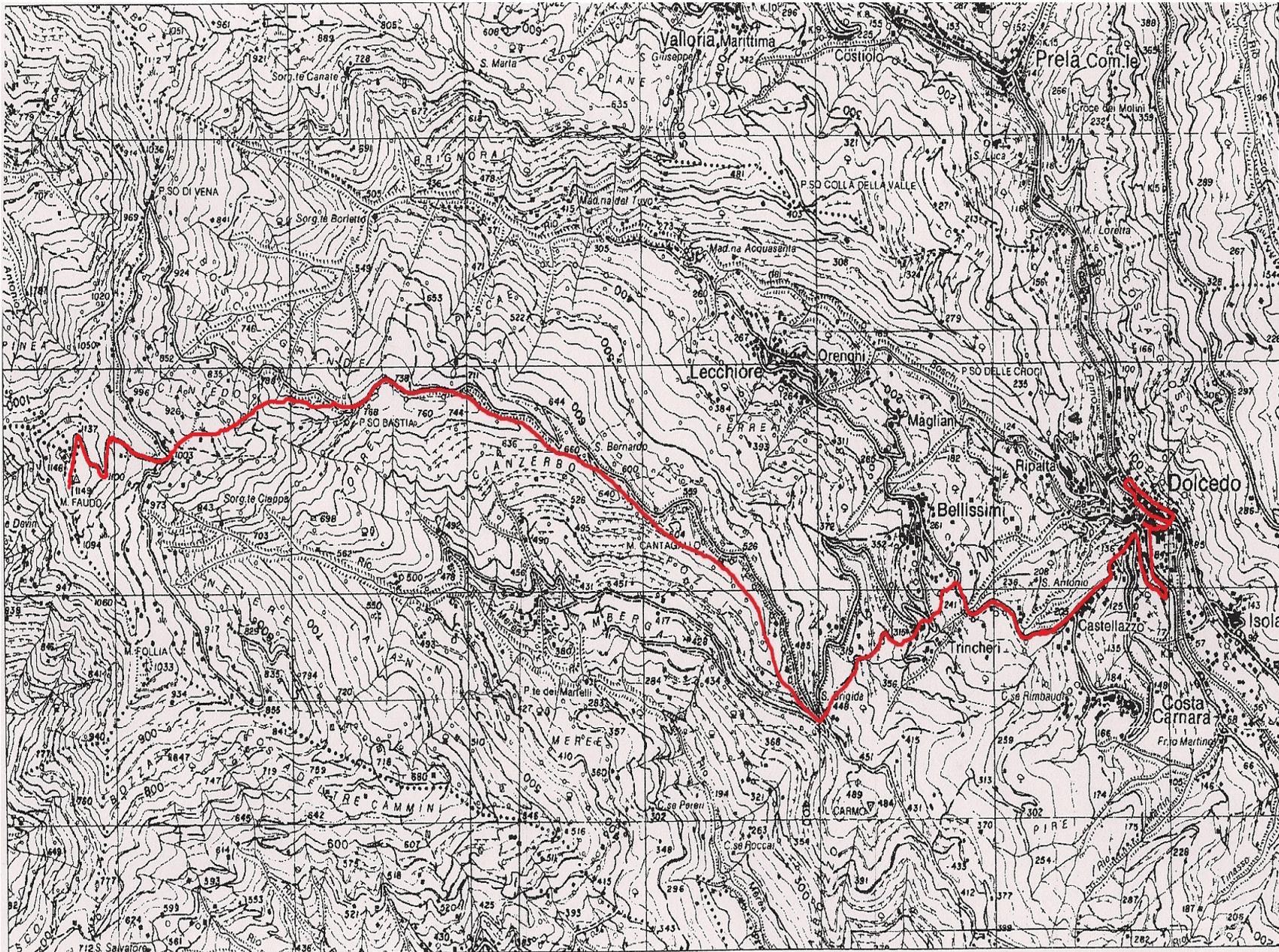
La distanza sulla carta si misura con uno scalimetro o in alternativa con un decimetro.

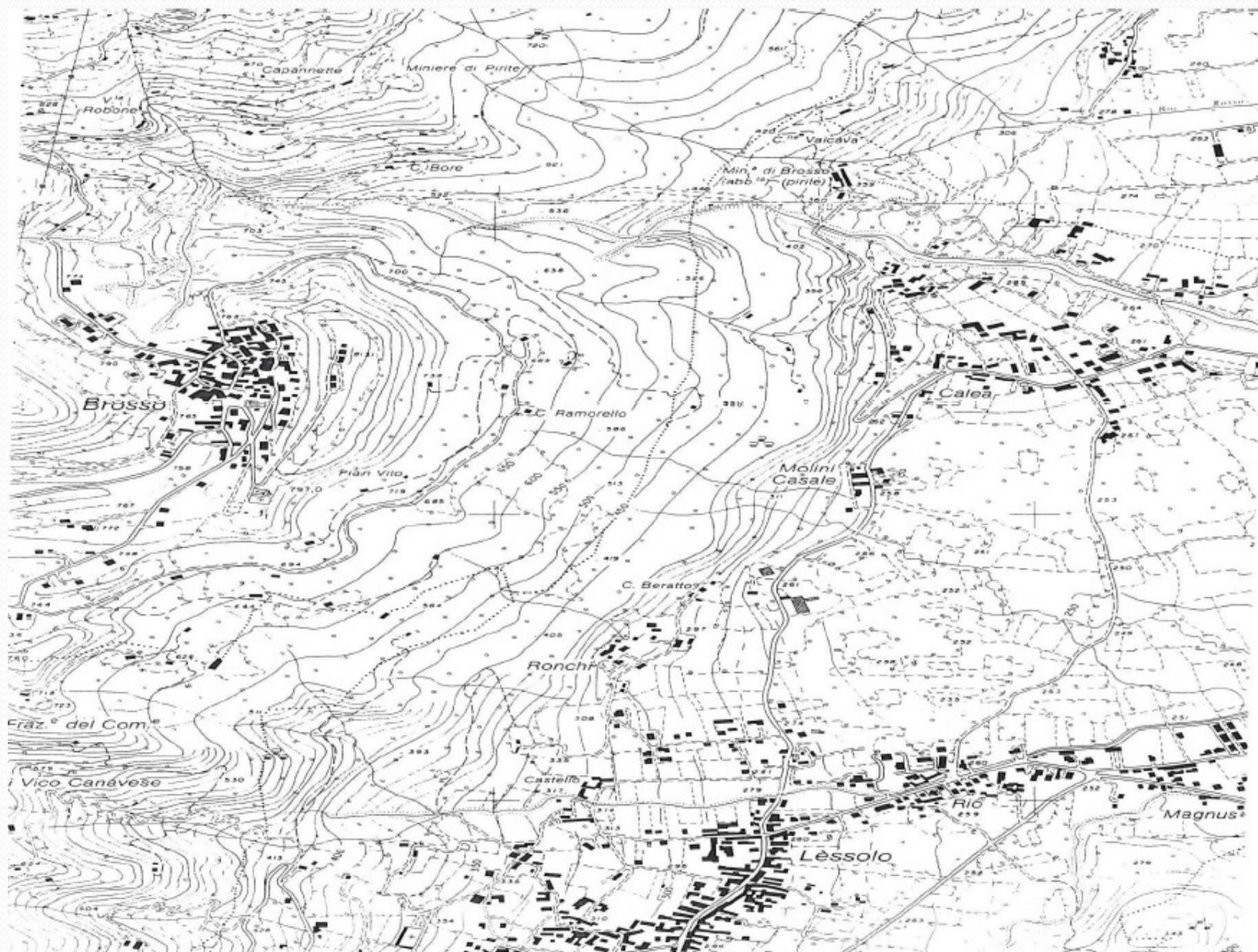
La lunghezza misurata sulla carta moltiplicata per il denominatore della scala da origine alla lunghezza reale.

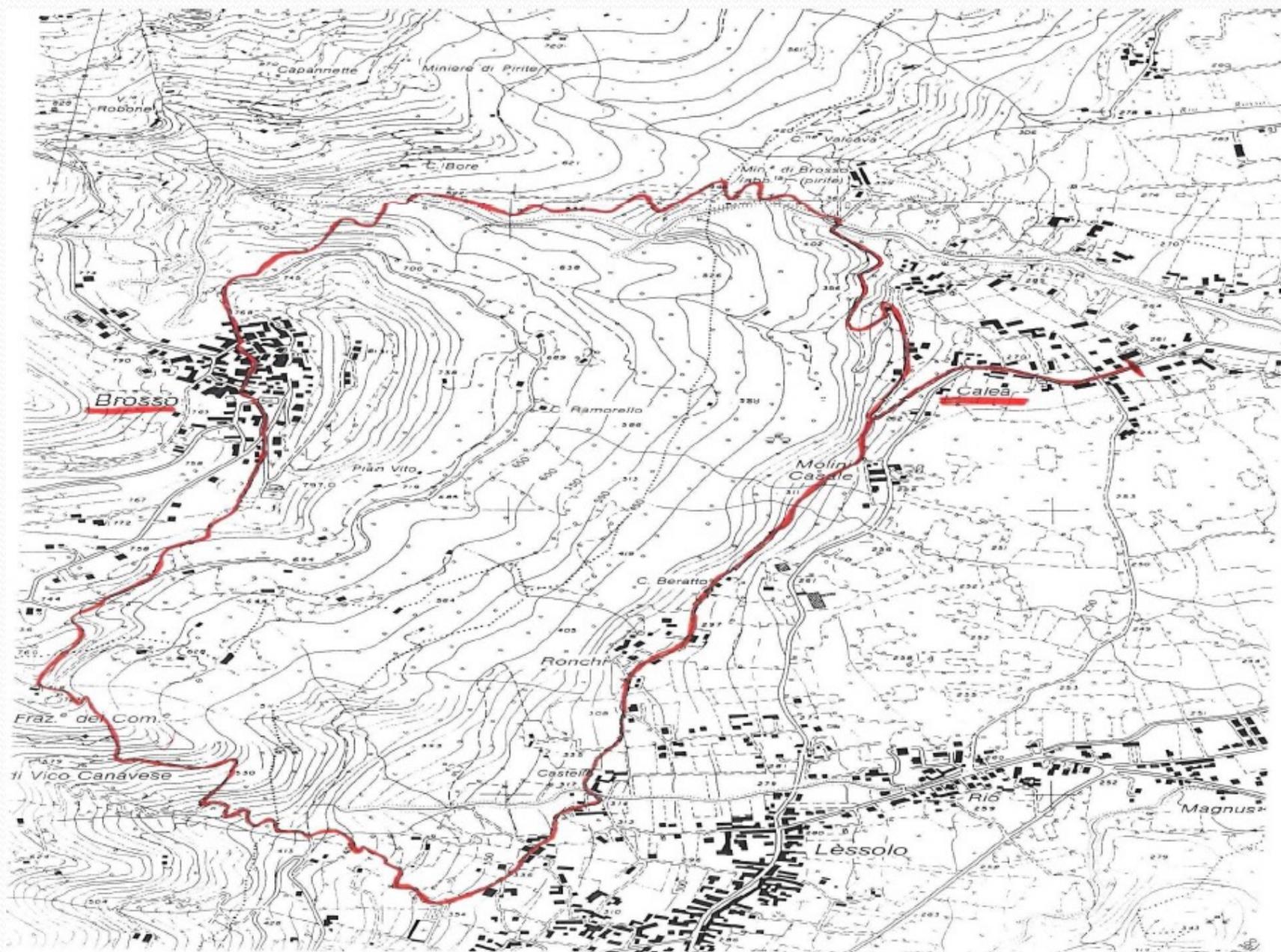
Nella misura delle distanze si ottiene naturalmente sempre la distanza topografica, indipendentemente dalla differenza di quota dei punti considerati.

SCALA	mm SU CARTA	m REALI
1:100.000	1	100
1:50.000	1	50
1:30.000	1	30
1:25.000	1	25
1:15.000	1	15
1:10.000	1	10

SCALA	m REALI	mm SU CARTA	100 m SU CARTA	DETTAGLI SU CARTA
1:100.000	100	1		Pochi
1:50.000	100	2		Medi
1:30.000	100	3.3		Medi
1:25.000	100	4		Abbastanza
1:15.000	100	6.7		Molti
1:10.000	100	10		Moltissimi







Quando effettuare i rilievi

Al passaggio di ogni Km.

Ogni qualvolta ci troviamo in presenza di variazioni di pendenza di una certa entità e lunghezza, tali da essere poi evidenziate sul profilo.

In località ben definite (paesi, frazioni, culmine di una salita etc...).

In assenza di cambi di pendenza effettuare un rilievo almeno ogni 250 mt. per dare omogeneità al profilo.

All'inizio e al termine di un tratto in asfalto, in modo da calcolarne alla fine l'entità percentuale complessiva (di norma inferiore al 40% della lunghezza totale) come richiesto dalle norme del regolamento.

Tabella rilievi e dati

LOCALITA'	DISTANZA in METRI	QUOTA	DIFFERENZA QUOTE	DIFFERENZA DISTANZE	PENDENZA %
Partenza: Dolcedo (Piazza Doria)	0	93			
via Garibaldi	183	96	3	183	1,64%
ingresso via Mameli	472	97	1	289	0,35%
fine asfalto - inizio ciottolato	636	91	-6	164	-3,66%
fine ciottolato - inizio asfalto	780	85	-6	144	-4,17%
Piazza Doria (fine giro di lancio)	1000	93	8	220	3,64%
Croce delle Missioni	1180	95	2	180	1,11%
	1350	102	7	170	4,12%
	1620	115	13	270	4,81%
fine asfalto - inizio cemento	1700	120	5	80	6,25%
tratto in cemento	1820	146	26	120	21,67%
Chiesa di San Paolo	1900	157	11	80	13,75%
fine cemento - inizio asfalto	1950	167	10	50	20,00%
Chiesa di Castellazza	2200	199	32	250	12,80%
incrocio strada provinciale	2320	214	15	120	12,50%

DOLCEDO (IM) - 1^{PROVA} CAMPIONATI ITALIANI DI CORSA IN MONTAGNA J/P/S/M

CATEGORIA: SENIOR MASCHILE

LOCALITA'	DISTANZA in METRI	QUOTA	DIFFERENZA QUOTE	DIFFERENZA DISTANZE	PENDENZA %
Partenza: Dolcedo (Piazza Doria)	0	93			
Via Garibaldi	183	96	3	183	1,64%
Ingresso via Mameli	472	97	1	289	0,35%
Fine asfalto - inizio ciottolato	636	91	-6	164	-3,66%
Fine ciottolato - inizio asfalto	780	85	-6	144	-4,17%
Piazza Doria (fine giro di lancio)	1000	93	8	220	3,64%
Croce delle Missioni	1180	95	2	180	1,11%
	1350	102	7	170	4,12%
	1620	115	13	270	4,81%
Fine asfalto - inizio cemento	1700	120	5	80	6,25%
Tratto in cemento	1820	146	26	120	21,67%
Chiesa di San Paolo	1900	157	11	80	13,75%
Fine cemento - inizio asfalto	1950	167	10	50	20,00%
Chiesa di Castellazza	2200	199	32	250	12,80%
Incrocio strada provinciale	2320	214	15	120	12,50%
	2630	230	16	310	5,16%
	2900	240	10	270	3,70%
	3000	243	3	100	3,00%
	3030	245	2	30	6,67%
Fine asfalto - inizio sentiero	3180	250	5	150	3,33%
	3320	265	15	140	10,71%
1° attraversamento strada	3490	294	29	170	17,06%
2° attr. Strada - inizio cemento	3550	303	9	60	15,00%
Frazione Trincheri - 1° rifornimento	3680	326	23	130	17,69%
Fine cemento - inizio sentiero	3740	330	4	60	6,67%
Pilone votivo	3950	364	34	210	16,19%
	3970	367	3	20	15,00%



DATI TECNICI

METRI DI SALITA	9622
DISLIVELLO TOTALE SALITA	1070
PENDENZA MEDIA SALITA %	11,12%
METRI DI DISCESA	608
DISLIVELLO TOTALE DISCESA	-18
PENDENZA MEDIA DISCESA %	-2,96%
METRI DI ASFALTO	2786
LUNGHEZZA TOTALE	10230
PERCENTUALE DI ASFALTO SUL TOTALE DEL PERCORSO	27,23%
PUNTO MASSIMO	1150
PUNTO MINIMO	85
PENDENZA MAX SALITA %	28,33%
PENDENZA MIN SALITA %	0,35%
PENDENZA MAX DISCESA %	-5,00%
PENDENZA MIN DISCESA %	-0,50%
OMOLOGATO PER:	CATEGORIA: SENIOR MASCHILE
DATA OMOLOGAZIONE	23 aprile 2013
OMOLOGATORI	CHIAMPO PIERGIORGIO

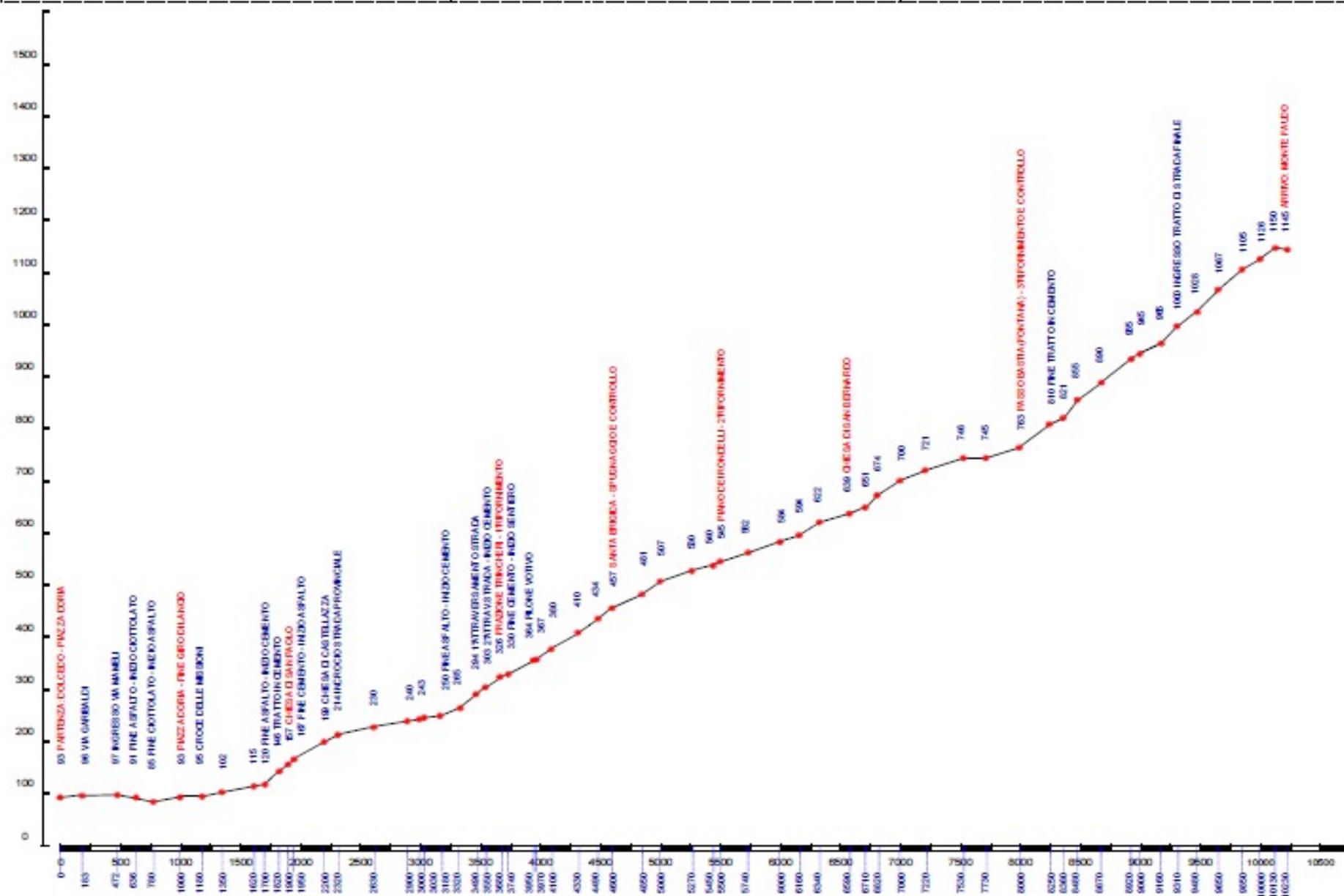


DOLCEDO (IM) - 1ª PROVA CAMPIONATI ITALIANI DI CORSA IN MONTAGNA J/P/S/M

Profilo lungi-altimetrico

CATEGORIA: SENIOR MASCHILE

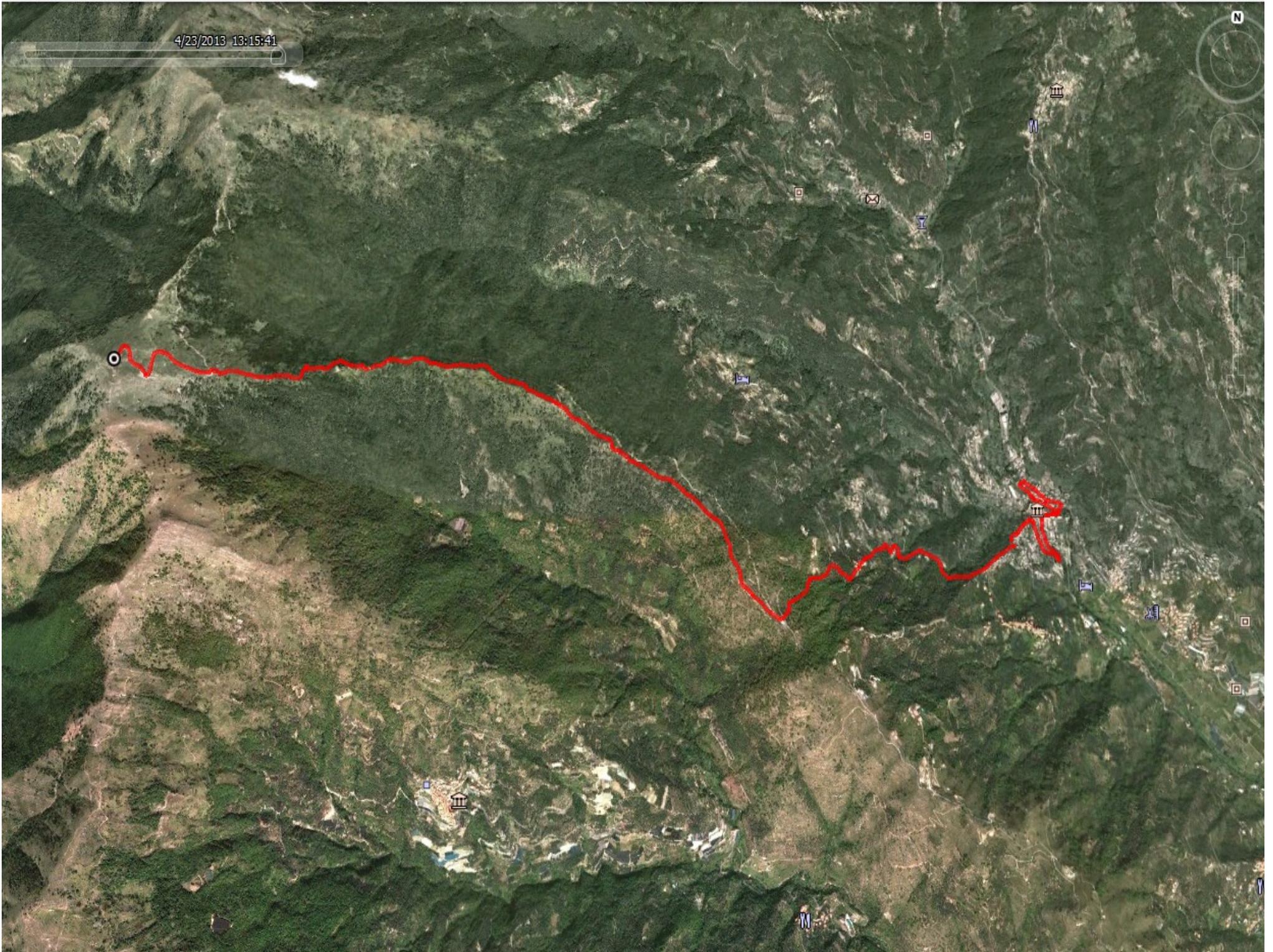
Lunghezza: metri 10230



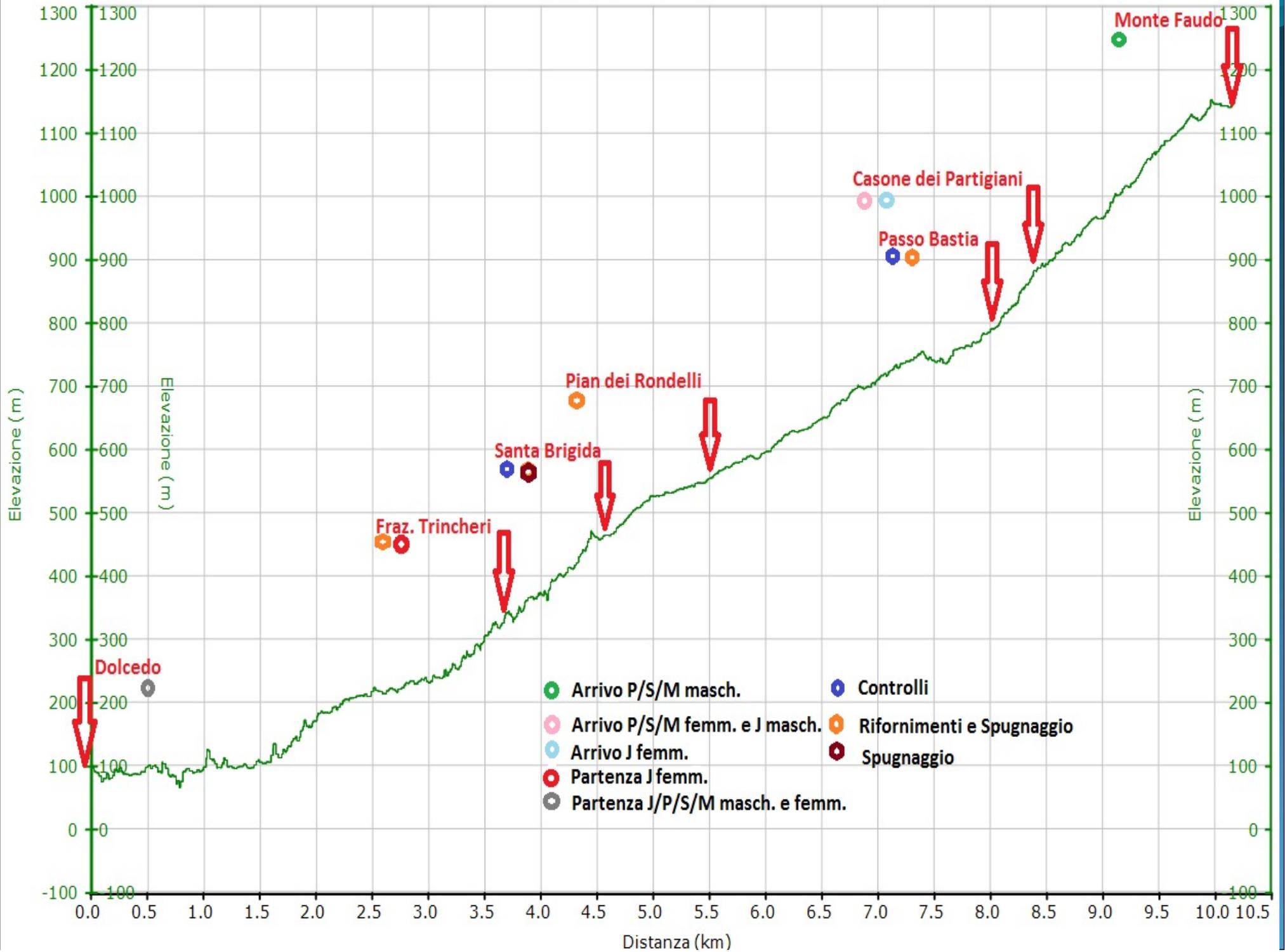
SCALA DISTANZE 1:10000

SCALA ALTEZZE 1:2000

4/23/2016 13:15:41







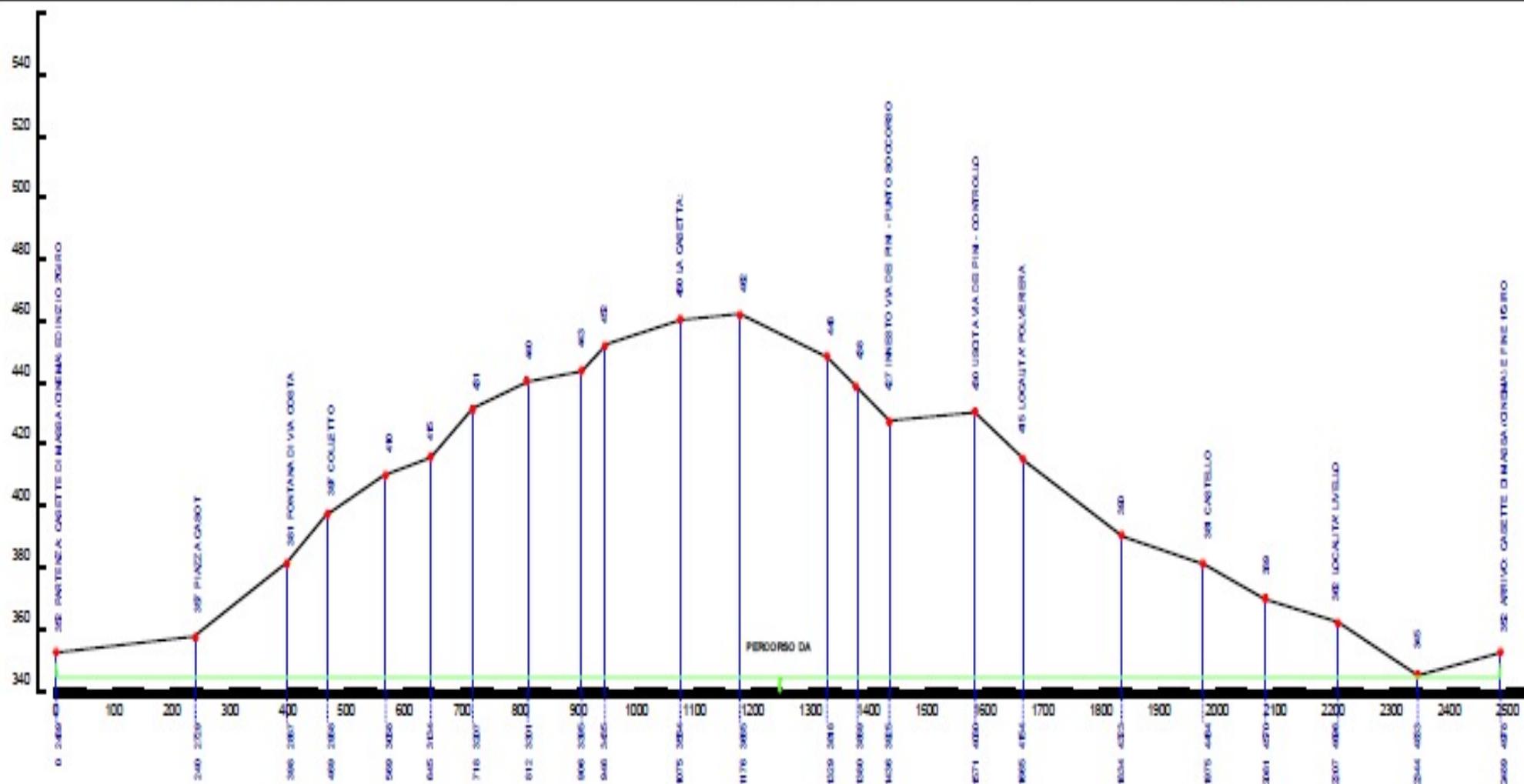


CASSETTE DI MASSA (MS) - CAMPIONATO ITALIANO GIOVANILE A STAFFETTA DI CORSA IN MONTAGNA

Profilo lungi-altimetrico

CATEGORIA: ALLIEVI

Lunghezza: metri 4978



SCALA DISTANZE 1:10000

SCALA ALTEZZE 1:2000

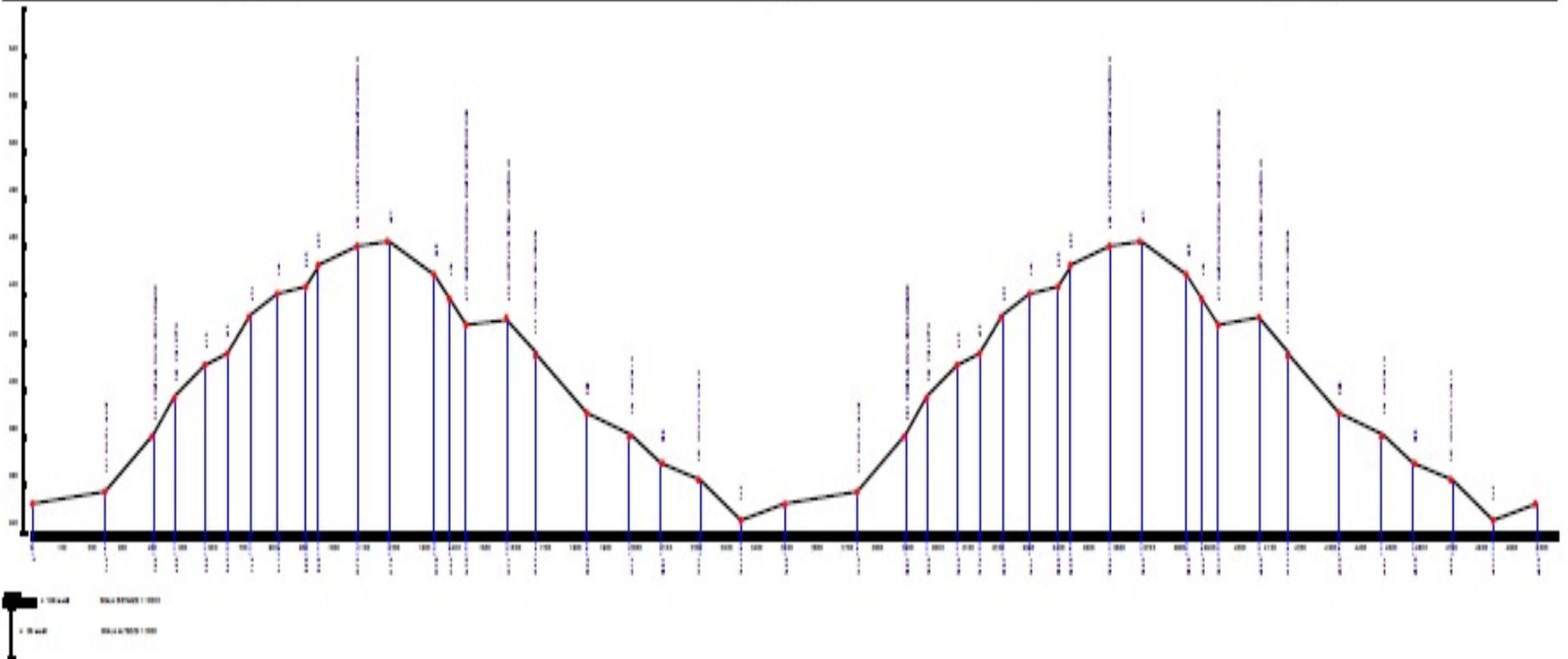


CARTE DEI QUOTI (M) - COMPARTO EDILIZIO GIOVILE ARIANFRATTA (C) RIVE MONTANA

Polo logistico

CATOCORALIM

Loggia nell'abit

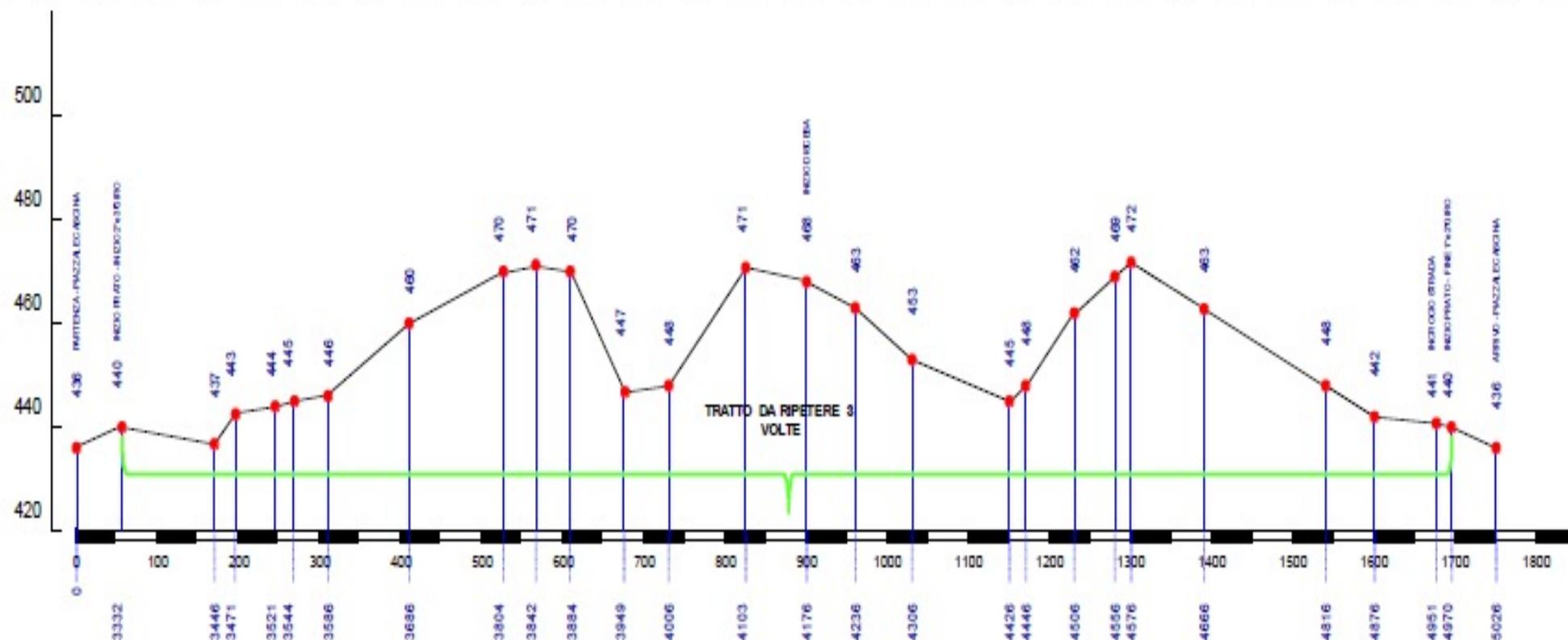


BRICHERASIO (TO) - CASCINA RONCAGLIA

Profilo lungi-altimetrico

Categorie: Allievi

Lunghezza: metri 5026



100 metri

SCALA DISTANZE 1:10000

20 metri

SCALA ALTEZZE 1:2000

BRICHERASIO (TO) - CASCINA RONCAGLIA

PERCORSO ALLIEVI



PERCORSO: PARTENZA - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 4 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10 - 11 - 10 - 9 - 12 -
1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 4 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10 - 11 - 10 - 9 - 12 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 4 - 6 - 7 -
8 - 9 - 10 - 11 - 10 - 9 - 12 - 1 - ARRIVO

Preparazione e messa in sicurezza del percorso

Nel corso del sopralluogo dobbiamo fornire al Direttore del percorso tutta una serie di indicazioni, utili ad una corretta preparazione e messa in sicurezza del percorso.

I lavori normalmente da noi richiesti sono: l'ampliamento il ripristino e la costruzione di tratti di sentiero.

La posa di barriere protettive, fisse o mobili in tratti potenzialmente pericolosi.

La pulitura del tracciato. Il taglio di erba, cespugli infestanti, radici sporgenti. Rimozione di fogliame, arbusti secchi, sassi e quant'altro possa creare un reale pericolo agli atleti.

Dislocazione dei servizi

La dislocazione dei servizi : d'ordine, di soccorso, radio rifornimento e spugnaggio, i punti di controllo e la segnaletica, sono di competenza del Direttore di percorso, nel rispetto di precise indicazioni ricevute nel corso del sopralluogo dal Tecnico omologatore.

Servizio di soccorso

Il servizio di soccorso lungo il percorso ed in zona partenza e arrivo deve essere affidato a personale qualificato e dotato di mezzi idonei.

Punti di primo soccorso vanno realizzati anche nei tratti più impegnativi e critici del percorso.





La segnaletica

Deve essere curata in modo particolare da personale esperto, nel pieno rispetto tenendo conto dell'ambiente in cui si opera.

Vanno indicati i punti dove si ritiene necessaria la presenza di personale segna strada. Questo ogni qualvolta si presuma essere insufficiente la semplice indicazione segnaletica.

Al di là della distanza prevista in termini di regolamento tra una segnalazione e l'altra, logica vuole che raggiunta una traccia sia sempre visibile quella successiva.

I punti di controllo

Nei punti strategici del percorso devono essere posti dei controlli affidati a personale dell'organizzazione.

Detto personale munito di apposito distintivo, è alle dipendenze del Capo dei controlli a sua volta operativo alle dipendenze del Giudice Arbitro della Giuria corse.

Il Giudice Arbitro della Giuria corse ha facoltà di predisporre ulteriori punti di controllo affidati a Giudici Fidal.

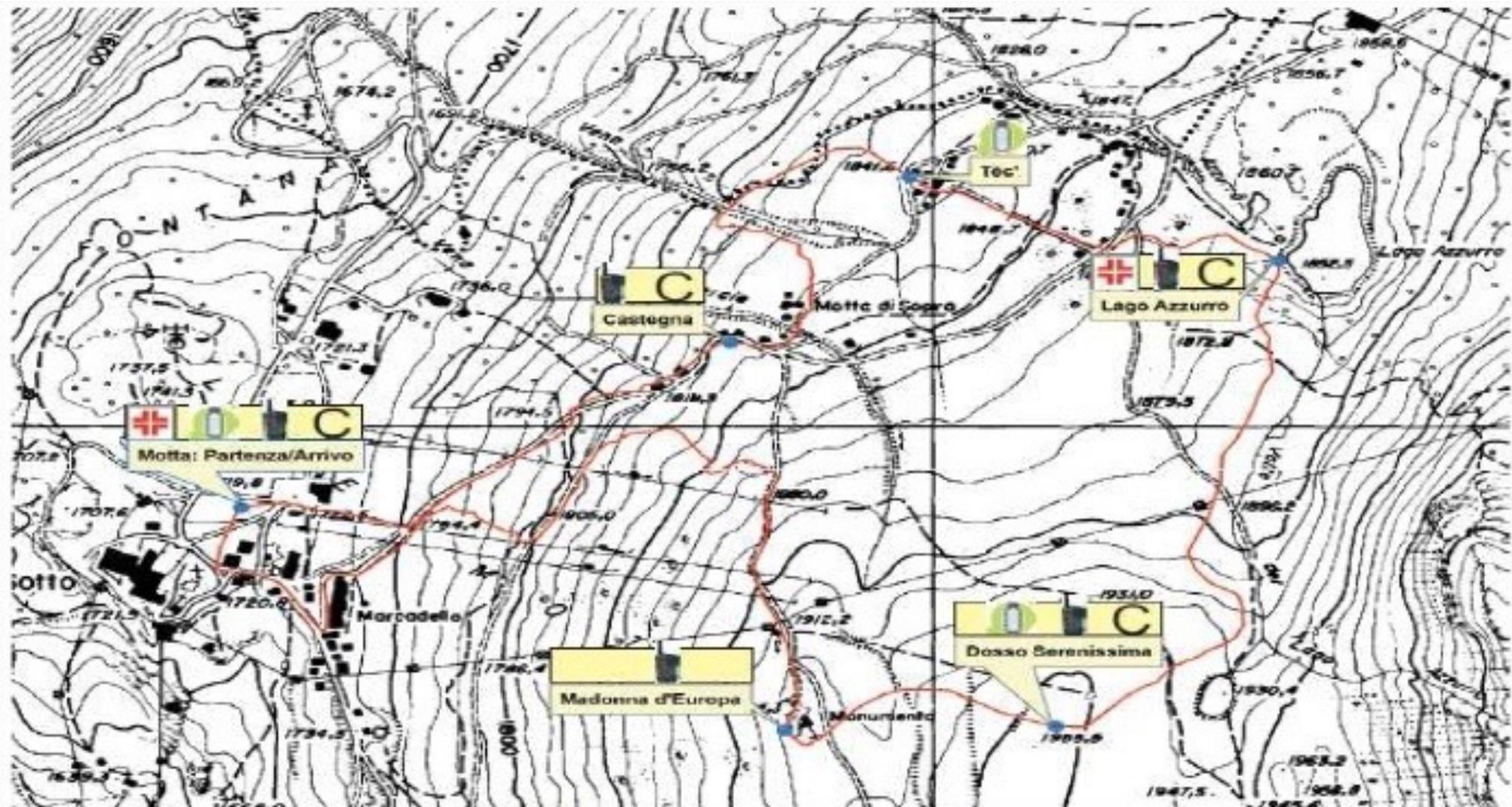
Rifornimenti e spugnaggi

Il servizio va sempre concordato con il Delegato Tecnico e comunicato preventivamente agli atleti.

Va svolto secondo le norme del regolamento internazionale: indicativamente un punto ogni 4 km. per le gare assolute.

Eventuali punti aggiuntivi in considerazione di particolari condizioni climatiche.

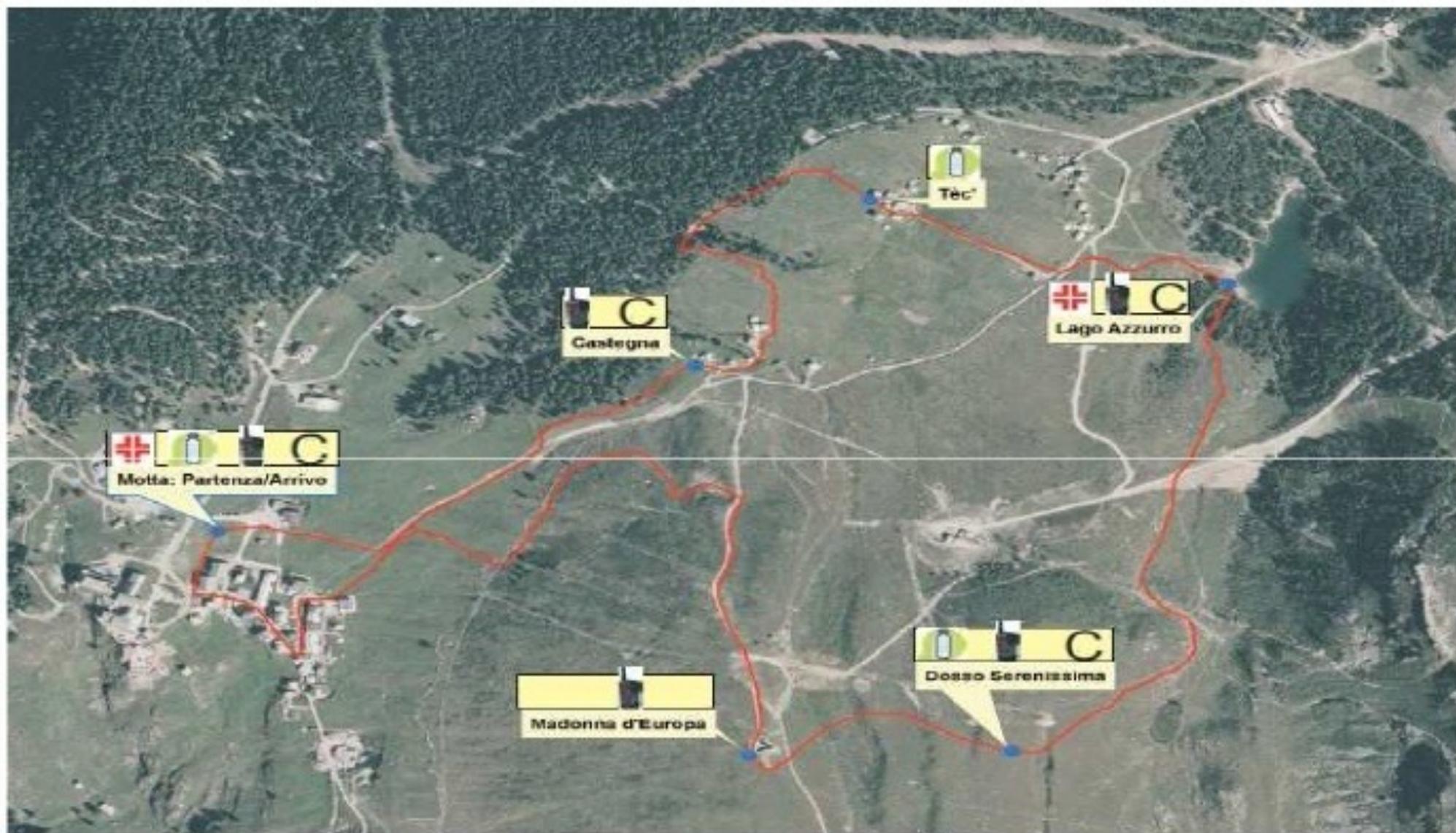
Corretto posizionamento del servizio in punti idonei.



	Assistenza sanitaria		Ristoro Spugnaggio		Radio		Controllo Giudici
---	----------------------	---	--------------------	---	-------	---	-------------------

Percorsi:

Junior femminile	4,340 Km (1 giro)	dislivello +275 m
Junior maschile	8,680 Km (2 giri)	dislivello +550 m
Senior femminile	8,680 Km (2 giri)	dislivello +550 m
Senior maschile	13,020 Km (3 giri)	dislivello +825 m



	Assistenza sanitaria		Ristoro Spugnaggio		Radio		Controllo Giudici
---	----------------------	---	--------------------	---	-------	---	-------------------

Percorsi:

Junior femminile	4,340 Km (1 giro)	dislivello +275 m
Junior maschile	8,680 Km (2 giri)	dislivello +550 m
Senior femminile	8,680 Km (2 giri)	dislivello +550 m
Senior maschile	13,020 Km (3 giri)	dislivello +825 m

Servizi in zona partenza e arrivo

A margine del nostro sopralluogo sul percorso dovremo anche verificare presenza e funzionalità di tutta una serie di servizi e strutture, attigue alle zone di partenza, arrivo e in zona cambio per le gare a staffetta.

L'arrivo e i cambi di frazione devono essere raggiungibili con automezzi e/o impianti funiviari.







Rapporto di omologazione

Il RAPPORTO DI OMOLOGAZIONE da redigere e inviare per la definitiva omologazione agli organi federali competenti sintetizza quanto rilevato nel corso del sopralluogo.

Oltre ad indicare i dati delle misurazioni e le località di dislocazione dei vari servizi, vanno evidenziate eventuali modifiche da apportare al percorso e i lavori di ripristino e messa in sicurezza dello stesso.

Va inoltre espressa una valutazione tecnica sintetica sul tracciato visionato, illustrandone caratteristiche tecniche e difficoltà.

Gruppo Giudici Gare

Rapporto di Omologazione

Denominazione della Gara:

Comune:

Società Organizzatrice

Referente:

cell.

email-

Rapporto di Omologazione per la Categoria –
(Compilare una scheda per ogni categoria)

A seguito del sopralluogo effettuato in data _____
dal Tecnico Omologatore Sig. _____ di: _____

Tipologia di gara:

0 solo salita 0 salita e discesa 0 staffetta o (specificare) _____

Partenza: Località _____ Quota _____

Arrivo : Località _____ Quota _____

Punto Più Alto Quota _____ Punto Più Basso Quota _____

Lunghezza Totale del Percorso Km. _____

Lunghezza Salita Km _____ Dislivello _____ Pendenza media _____

Lunghezza Discesa Km _____ Dislivello _____ Pendenza media _____

Si Allega Copia di:

- | | | |
|--|----|----|
| - Planimetria Percorsi Scala 1:10.000 | si | no |
| - Profilo Percorsi Assoluto Scala:1:50.000 <u>lung</u> ed 1:10.000 <u>Altim</u> | si | no |
| - Profili Percorsi Giovanile Scala:1:10.000 <u>lung</u> ed 1: 2.000 <u>Altim</u> | si | no |
| - Altro: _____ | | |

Breve descrizione e commento tecnico del percorso _____

Eventuali lavori da eseguire o modifiche da apportare al Percorso:

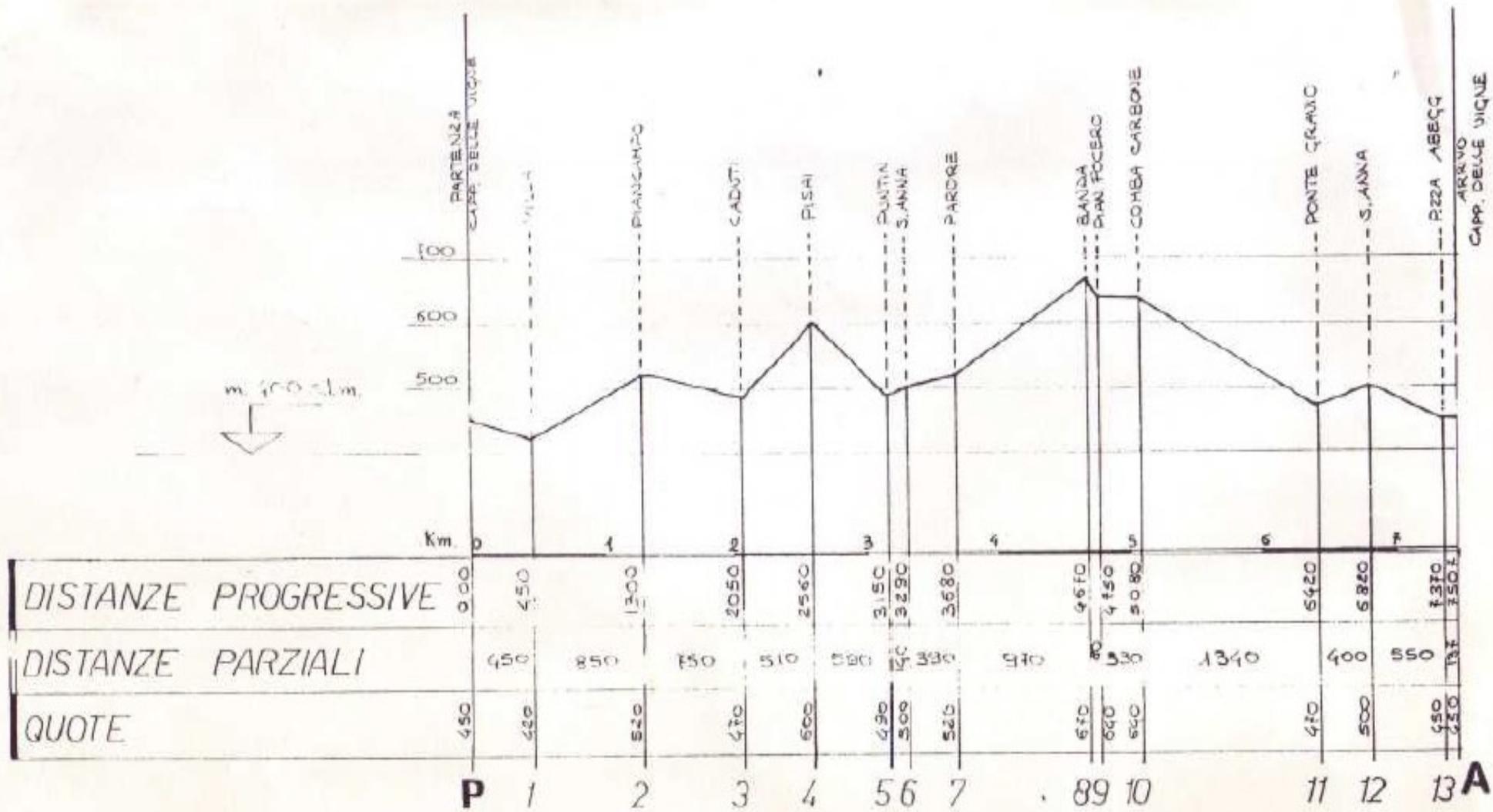
Si ritiene opportuno sopralluogo dopo l'esecuzione dei lavori prescritti: si no

PROFILO LONGITUDINALE

PER IL TRACCIATO A

sc. lung. 1:50.000

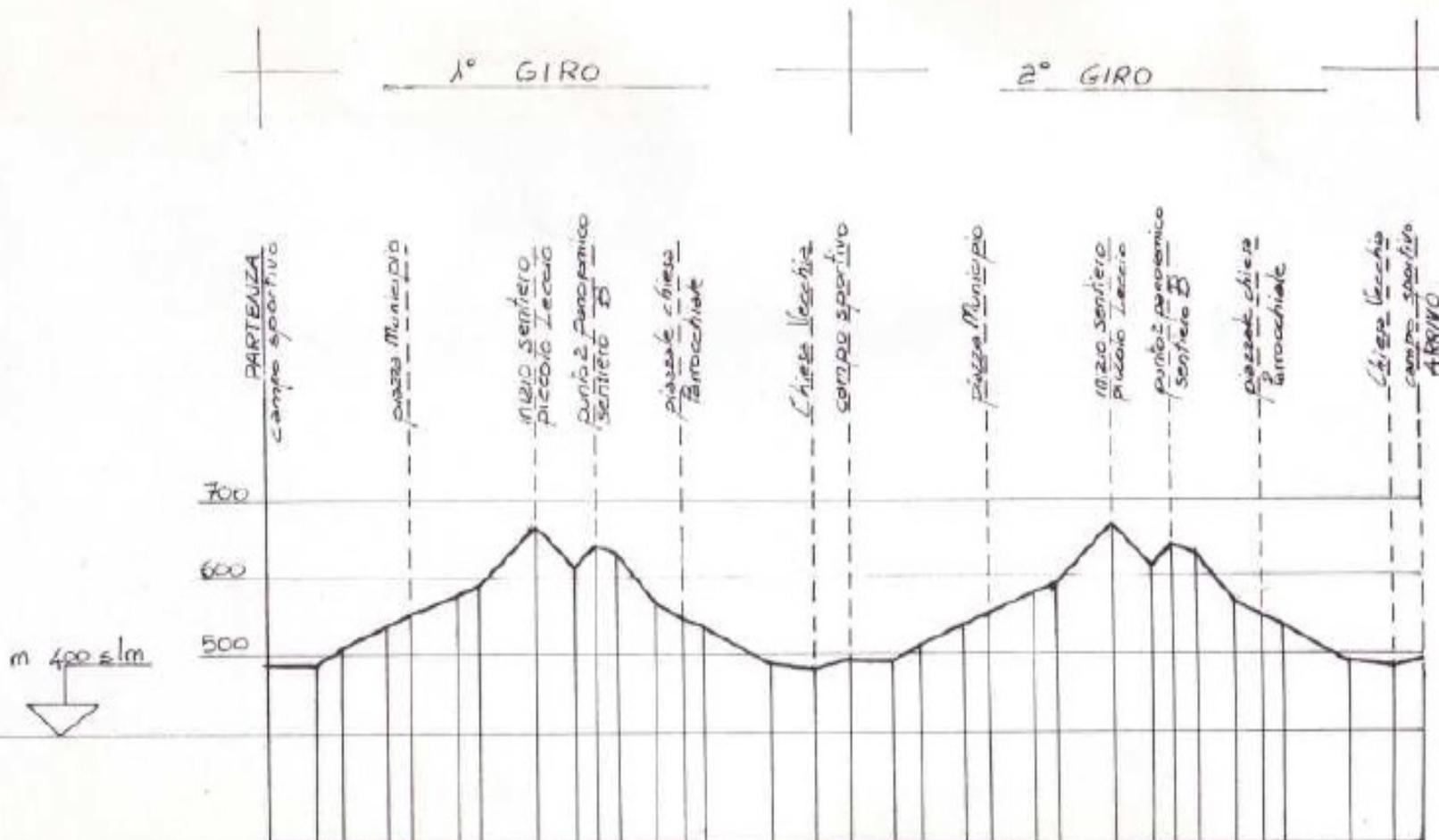
sc. alt. 1:10.000



PROFILO LONGITUDINALE

PERCORSO

sc. lungh. 1:50.000
sc. alt. 1:10.000

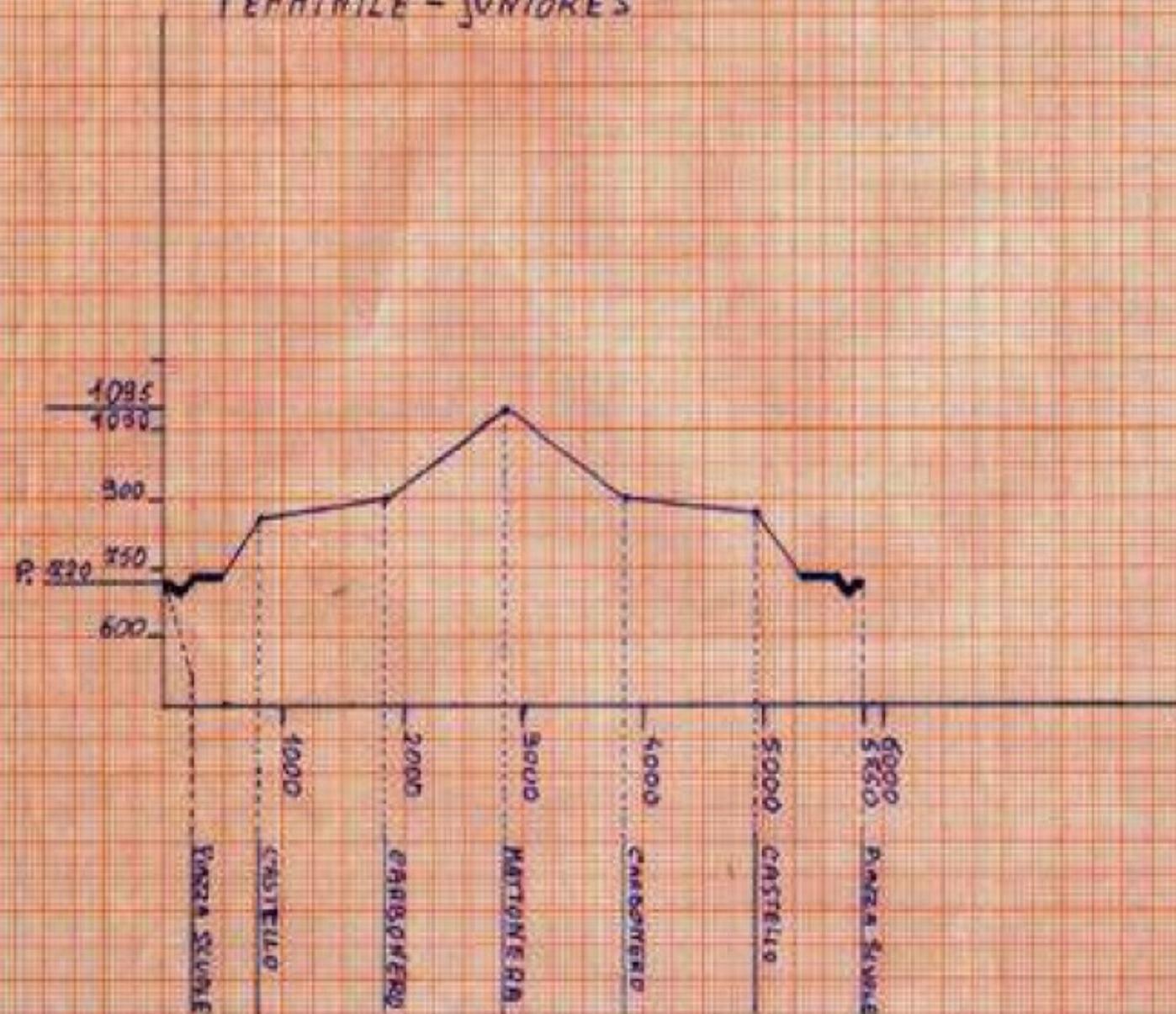


DISTANZE PROGRESSIVE	0.00	325	525	845	1000	1325	1460	1865	2130	2280	2450	2700	2900	3045	3500	3800	4040	4365	4565	4885	5040	5365	5500	5905	6170	6320	6490	6740	6940	7005	7340	7540	8080
DISTANZE PARZIALI		325	200	320	155	325	135	405	265	150	170	250	200	145	455	300	240	325	200	320	155	325	135	405	265	150	170	250	200	145	455	300	240
QUOTE	490	490	510	535	550	575	590	670	615	640	630	570	550	535	490	485	490	490	510	535	550	575	590	670	645	640	630	570	550	535	490	485	490

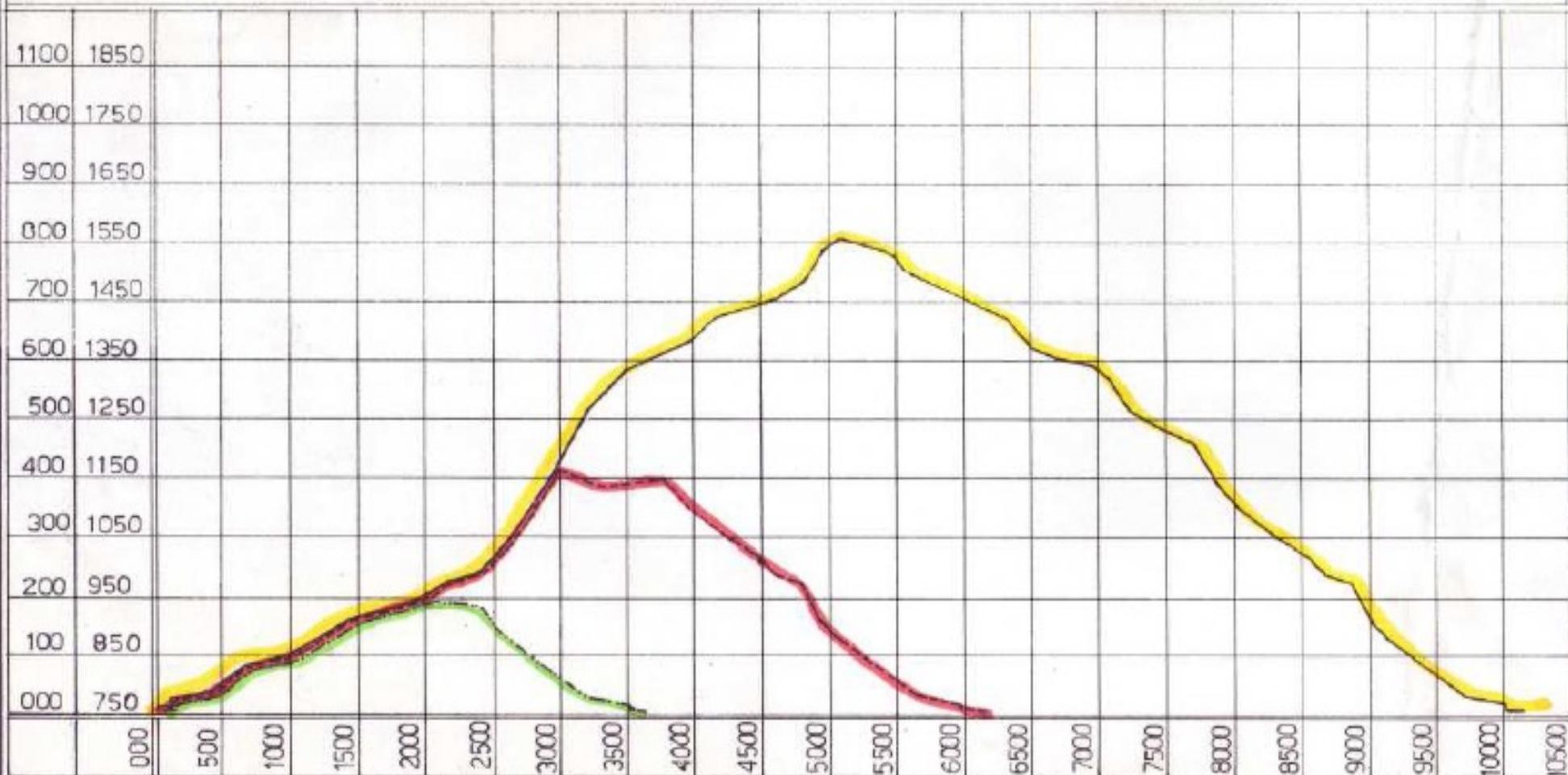
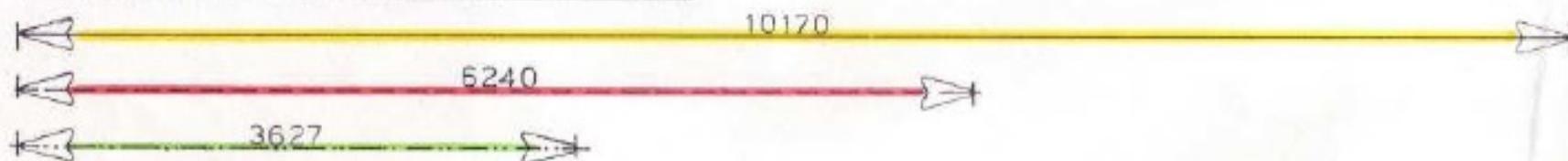
PERCORSO GARA AL "COLLE BIONE"

COARZE

FEMMINILE - JUNIORES



GARA DI CORSA IN MONTAGNA



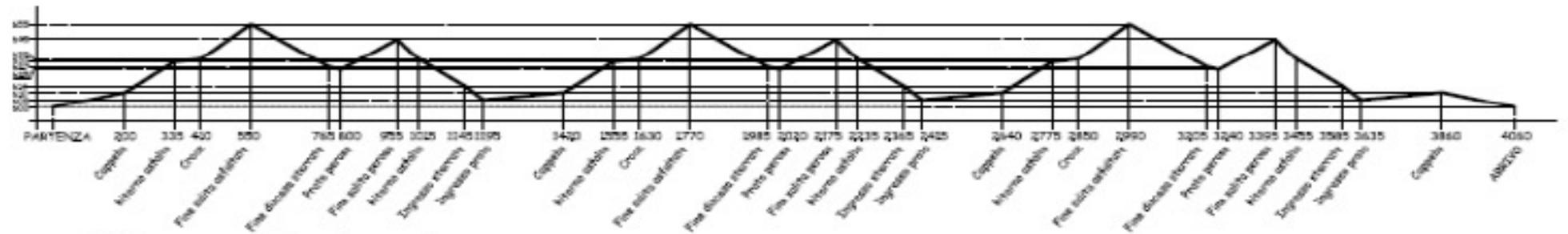
PROFILO ALTIMETRICO 1:10000

PROFILO PLANIMETRICO 1:50000

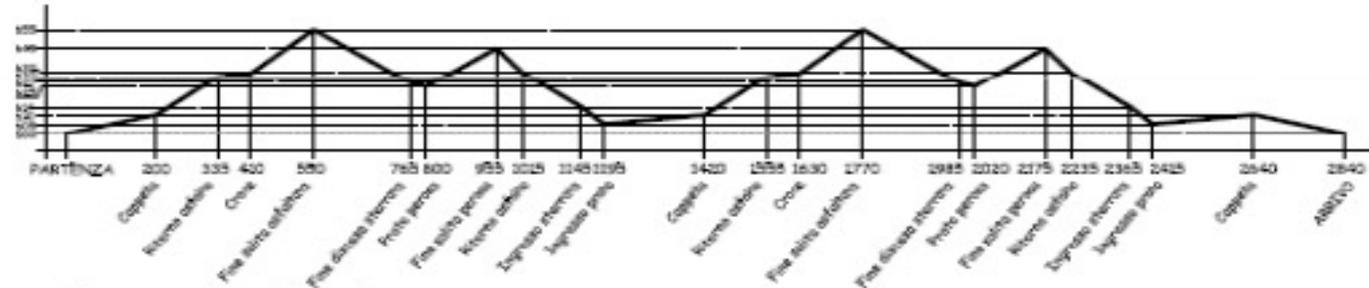
- SENIORES MASCHILE
- SENIOR FEMMINILE JUNIOR MASCHILE
- JUNIOR FEMMINILE

ALTIMETRIE- PERCORSI

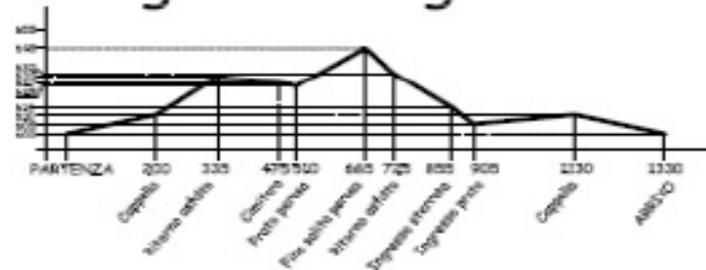
Allievi



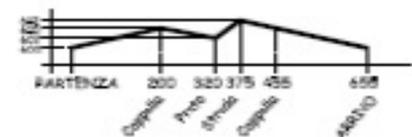
Allieve - Cadetti



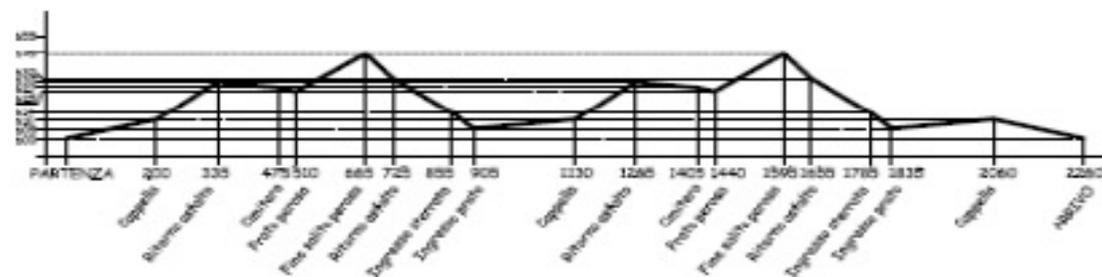
Ragazzi - Ragazze

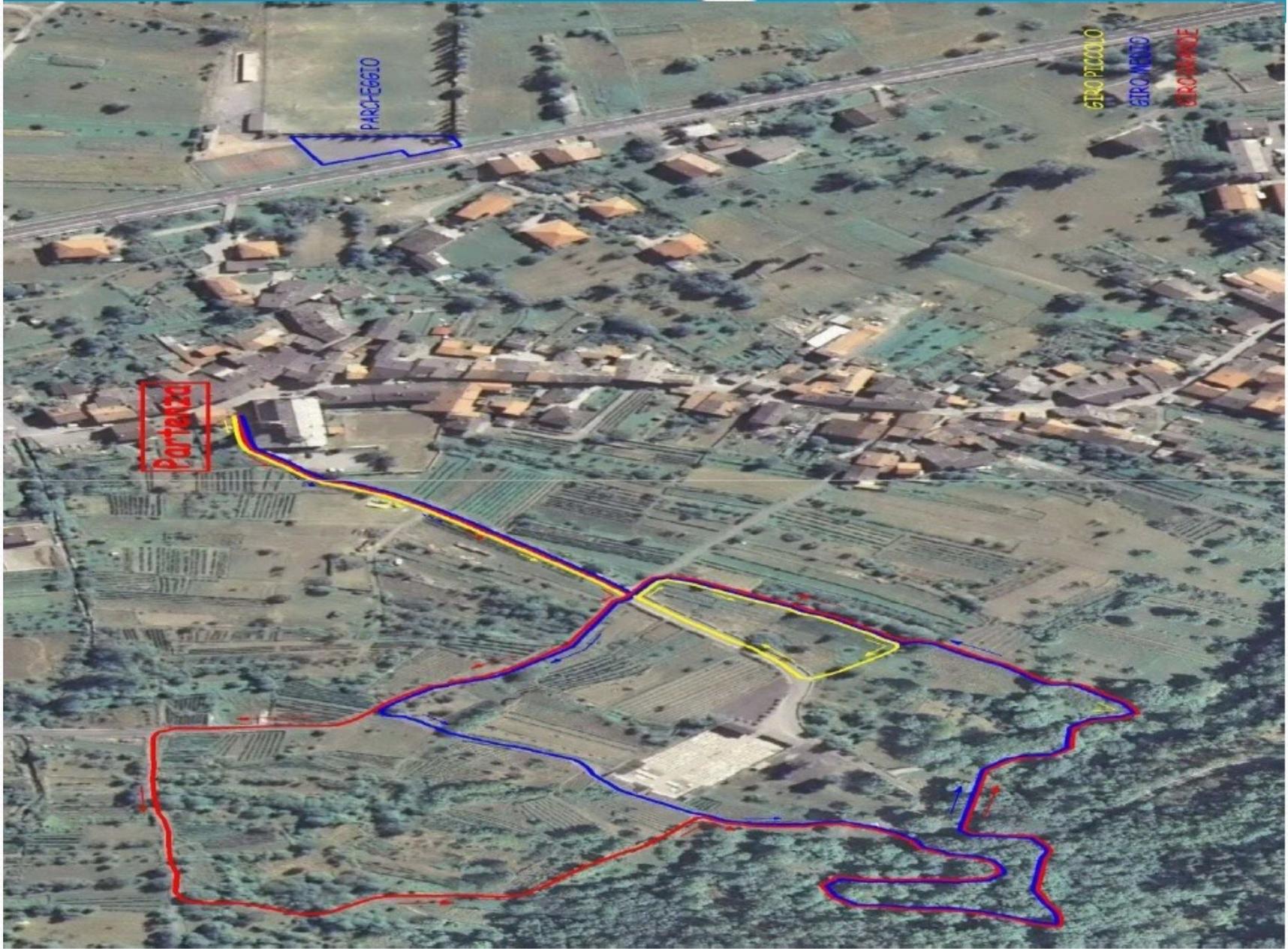


Esordienti A



Cadette



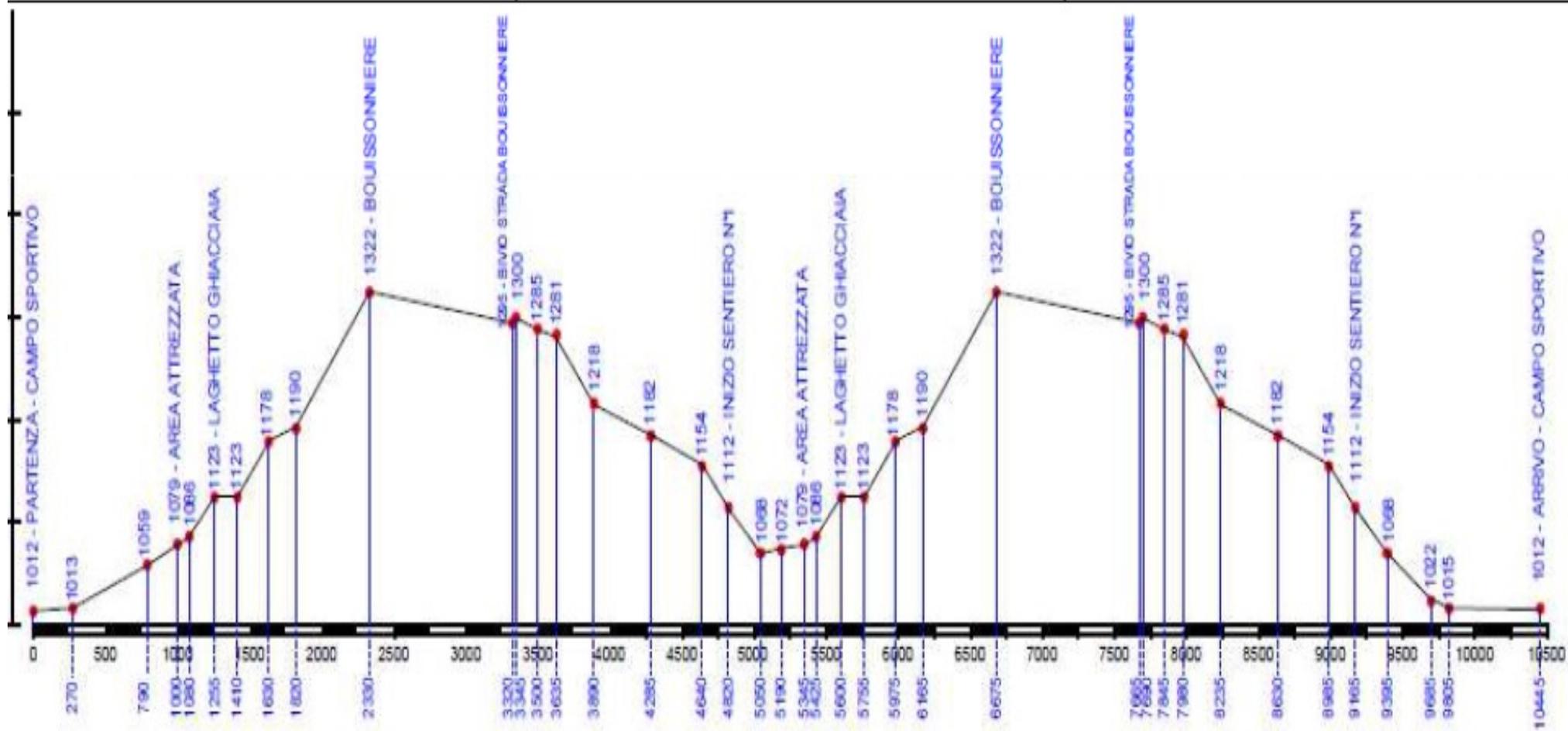


SALBERTRAND (TO) - TROFEO GRAN BOSCO

Profilo lungi-altimetrico

Categorie Promesse/Senior/Master Maschile

Lunghezza 10445 metri



100 metri

SCALA DISTANZE 1:50000

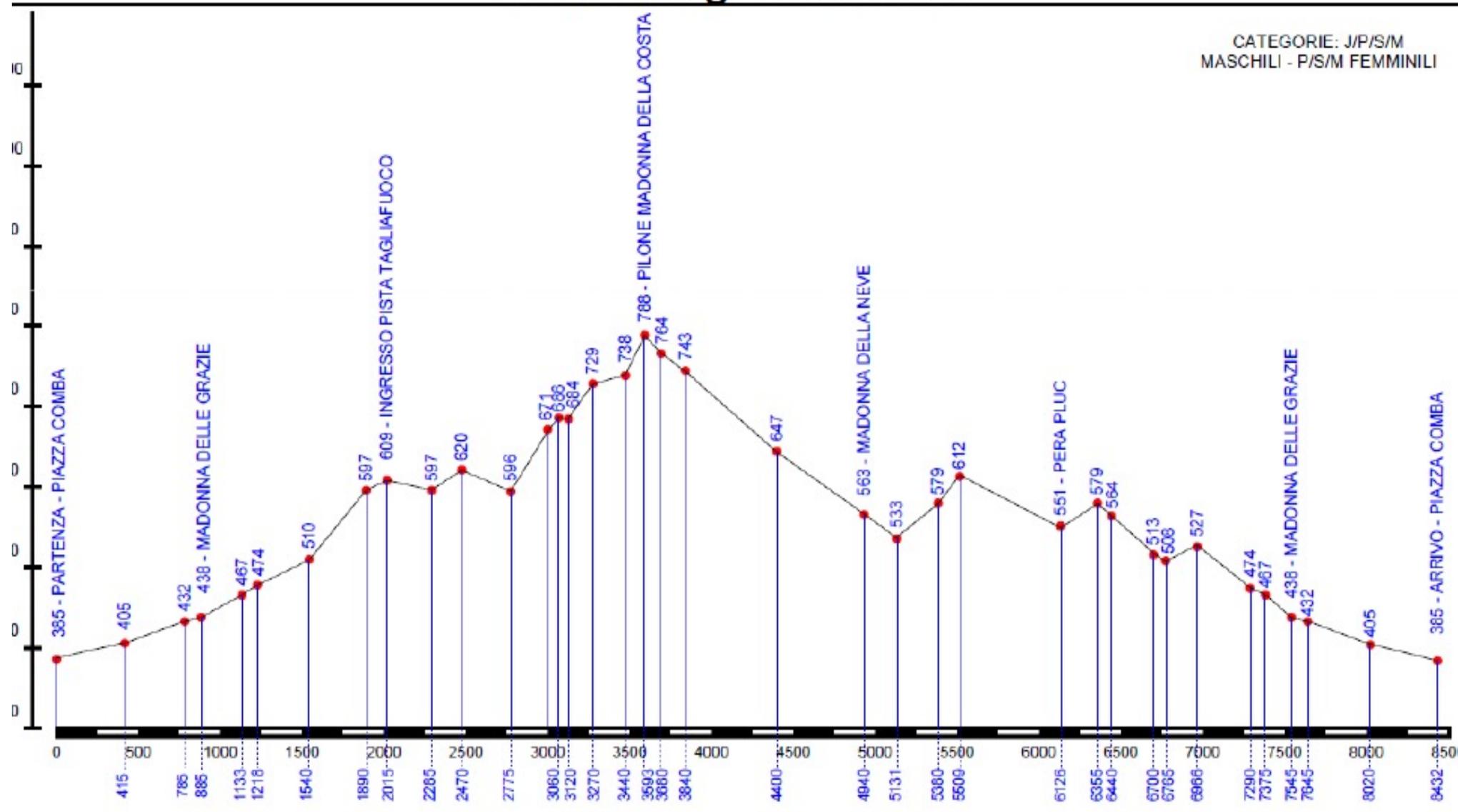
100 metri

SCALA ALTEZZE 1:10000

RIVERA DI ALMESE (TO) - GIRO DEI DUE MONTI

Profilo lungi-altimetrico

CATEGORIE: J/P/S/M
 MASCHILI - P/S/M FEMMINILI



1 - 500 metri

SCALA DISTANZE 1:50000

100 - 100 metri

SCALA ALTEZZE 1:10000